



MÁS DE 200 MIL SOLES EN PREMIOS

AÑO 24 | N° 8655

MÉRCOLES 3 DE JULIO DEL 2025

DIRECTOR GENERAL CARLOS ESPINOZA GUEY

S/1:00 VÍA AÉREA S/ 1.20

INSCRIBETE AL 710-0260 O INGRESA A trome.com



HOY S/200

1 PREMIO DE 20,000 SOLES 8 PREMIOS DE 5,000 SOLES 20 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 900 PREMIOS DE 50 SOLES

HOY CUPONES GRATIS



ENDURECEN POLÍTICA MIGRATORIA PARA DEPORTAR A MILES DE INDOCUMENTADOS, ENTRE ELLOS PERUANOS

AMENAZAN METERLOS EN CÁRCEL RODEADA DE CAIMANES Y MANDARLOS A PRISION DE EL SALVADOR

■ Página 9



LO CRITICA POR HABLAR DE ELLA EN EL SILLÓN ROJO



MELISSA: BRUNO ES COBARDE

ILEGALES VIVEN PESADILLA POR TRUMP



**INGENIERA DE 23 AÑOS ES ORGULLO NACIONAL
SANMARQUINA ES COMANDANTE ASTRONAUTA**



SI CAMPEONAN EN EL APERTURA



JUGADORES DE LA 'U' RECIBIRÁN UN MILLON DE SOLES

■ PÁGINA 11

■ PÁGINA 5

■ PÁGINA 16

SÍ

59%

NO

41%

AYER

¿Cree que la "U" será campeón del torneo Apertura?

HOY

¿Cree que el tren Lima-Chosica comenzará a funcionar este mes, como dice Rafael López Aliaga?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"No hay ningún premier en las sombras, dicha atribución solo le corresponde a Eduardo Arana. Este es el gabinete de la unión".

JUAN ALCÁNTARA
(MINISTRO DE JUSTICIA)



"Si la Fiscalía ha trasladado la declaración del señor Castro al proceso penal de Susana Villarán, sí la puede usar. Pero si sigue en el procedimiento de colaboración eficaz, no".

CÉSAR NAKAZAKI
(ABOGADO DE ODEBRECHT)

DÓLAR

3.54

COMPRA

3.57

VENTA

EURO

4.23

COMPRA

4.25

VENTA

CLIMA

MÁXIMA

19°

MÍNIMA

13°

trome

Editor General:
José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N° 530, Pueblo Libre, Lima 21. Teléfono: 311-6500.

Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N° 530, Pueblo Libre, Lima 21. Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total o parcial. Hecho el

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2001-1992. Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARIA



MANEJE CON CUIDADO EN PISTAS MOJADAS

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por una jalea de pescado con yuca frita, yuyo y mayonesa. Para tomar pidió una jarrita de naranjada. "Maria, Lima soporta desde hace unos días una intensa llovizna, en especial en los conos norte y sur, que ha dejado algunas pistas como si fueran ríos. Esto evidencia, además, los errores al construir las vías de la ciudad. No puede ser que con tan poco volumen de agua, a comparación de la selva o Piura, las calles se inundan, como acaba de pasar nada menos que frente al hospital de emergencias de Villa El Salvador, y el baipás que conecta ese distrito con Villa María del Triunfo. Si ya se sabe que todos los años ocurre lo mismo, ¿por qué no se hacen las obras con alcantarillas que desemboquen las aguas hacia el mar o el río?"

Por mi trabajo he podido viajar a otros lugares del mundo, como Miami. Una vez me agarró un aguacero terrible, como si echaran cilindros de agua a la carretera. Luego de un par de minutos, la lluvia paró. En cuestión de segundos la pista volvió a estar limpia, seca, como si nada hubiera ocurrido. Y todo debido a un buen drenaje. ¿Por qué no podemos tener algo así? Ante tal situación, los choferes están obligados a manejar con mucho cuidado, sin ir a velocidades prohibidas y pensando siempre en el prójimo. Las pistas resbaladizas impiden una frenada normal en caso de emergencia. Hay que mantener la distancia con el vehículo que va adelante. En el Perú es de tres metros por cada diez kilómetros por hora. Es decir, que si vamos a 50 kilómetros por hora, debemos estar separados 15 metros. Así podemos reaccionar a una emergencia y al frenar no chocaremos. Ah, y por ningún motivo se debe tomar licor si se va a manejar. La mente no funciona igual. Nos da sueño, tenemos poca reacción. Y si encima vamos a velocidad y llueve, es un coctel mortal. Por eso, conduzca tranquilo que en casa su familia lo espera. Una mala maniobra o decisión le puede arruinar la vida para siempre. Hay que actuar con responsabilidad". Muy buenos consejos de Gary. Me voy, cuidense.

KARRY

LA TÓXICA



LOS 'TUTS' DEL DÍA



@fcodeasis80

FRANCISCO SANTIBÁÑEZ



@italocvillafue2

ITALO VILLAFUERTE

Qué patético ese par de hermanos españoles que llegaron a Perú diciendo eran modelos profesionales cuando [...] solo saben vender morbo.

Universitario ha subido tres escalones de nivel con la contratación de Álvaro Barco. Rara vez le vi un fichaje malo durante su gestión en la San Martín. Estuvo cerca de fichar a Enzo Fernández antes de ir a Defensa y Justicia.

HABLAN LOS TROMES

Muertes de testigos

La corrupción en el Perú ya subió a otras esferas. Ahora se mata a gente vinculada con robos al Estado para que no digan nada a los fiscales y a la Policía. Son muy sospechosas las muertes de Nilo Burga y José Miguel Castro. Y no se hable de Andrea Vidal, quien fue acibillada a balazos. Eso solo pasaba en México. La delincuencia llegó a la política. ¿A quién se protege? ¿Quién está detrás de esto? Ya da miedo.

Johnny Campos Iturbe
Vecino de Lurín

En los dos primeros casos las investigaciones deben ser profundas para determinar si los mataron o fueron asesinados. En el caso de Andrea Vidal, falta averiguar quiénes la asesinaron de esa forma tan brutal. Nuestra política es cada vez más sucia.

Viva sano y mejor

Solo el deporte y la buena alimentación, prescindiendo de excesiva grasa, gaseosas o licor, hace que tengamos una vida más sana y evitemos las enfermedades. Hay que beber más agua y dormir mejor. Y, sobre todo, alejarse del estrés. Debemos salir a pasear, bailar o comer con la familia. Hay que reír más. El trabajo es importante, pero no lo es todo. Hay que regresar temprano a casa y vivir.

Simón Quispe Adanaqué
Vecino de Villa María del Triunfo

El estrés es una de las causas de la aparición de enfermedades. Pero también la mala alimentación y el poco sueño. Es bueno, como dice el lector, hacer algún tipo de deporte. Y beber poco alcohol. Buenas recomendaciones para una vida de mayor calidad.

EMERGENCIAS

Bomberos
Emergencias
Defensa Civil
EsSalud
Águilas Negras

116
105
115
4118000
3623277

Escuadrón Verde
Luz del Sur
Sedapal
Indecopi
Pluz Energía

4276904
6175000
3178000
2247777
5171717



EMBARQUE SEGURO

VIAJE mejor



Más de **250** destinos
al Norte, Centro y Sur del Perú

HORARIO DE ATENCIÓN

BOLETERÍAS: DE LUNES A DOMINGO
DE 6:00 A.M. A 00:00 A.M.
EMBARQUES Y
DESEMBARQUES: 24 HORAS

INFORMES:

945 018 248
985 330 016

terminalterrestrepla@wong.net.pe

Síguenos en:



www.granterminalterrestre.pe



GRAN TERMINAL TERRESTRE
Plaza Norte

Panamericana Norte - Tomás Valle - Túpac Amaru, Lima

•POR ROBO

En persecución caen 'Resbalosos'



Con el rostro en la pista mojada por la pertinaz lluvia acabaron dos sujetos, tras haber sido detenidos luego de intensa persecución cuando fugaron después de robar un celular a una persona, en La Victoria.

'Los Resbalosos de Bausate' no hicieron caso a la voz de alto que agentes del Grupo Terna ordenaron y en un mototaxi continuaron su huida a gran velocidad por la pista mojada. La persecución acabó en la cuadra 24 del jirón Sebastián Barranca. Cayeron Flavio José Salvatierra Naupa (20), 'Correcamino'; y Kevin Luigui Tupiño Montalvo (31), 'Muy muy'. (E. Cirilo)



•EXIGEN CUPOS

Queman mototaxi



Un integrante de una mafia de extorsionadores incendió de madrugada un mototaxi y dejó

un mensaje extorsivo a la dueña, en la urbanización Villa Norte, Los Olivos. "Hay (sic) va para que sigan bloqueando, le dejamos un ejemplo comunicate", se lee en el manuscrito, donde anotan un número de celular para que la víctima llame. La agraviada cree que los extorsionadores se han equivocado. (E. Cirilo)

BABY FLOW FUE ACRIBILLADO EN PLENO DÍA POR SICARIOS QUE LLEGARON AL LOCAL EN MOTO



1 Dos sicarios en una motocicleta llegaron a la cebichería de Baby Flow.

2 El pistolero que iba como pasajero ingresó y acribilló al cantante. La suegra de este resultó herida.

3 Baby Flow fue llevado a un hospital, pero falleció.



VÍCTOR VELA (37) BABY FLOW

ASESINAN A CANTANTE EN SU CEBICHERÍA

✗ Suegra del intérprete del género urbano también fue herida

El polémico cantante de música urbana conocido como Baby Flow fue asesinado a balazos por dos sicarios en el interior de una cebichería restobar, al parecer, de su propiedad, en el Callao.

La tarde del lunes, dos asesinos por encargo llegaron en una moto lineal al local Briony, ubicado en el jirón Contralmirante Villar 831. El sujeto que iba



EN ESTE LUGAR IBA A SER VELADO



LOCAL DONDE SE PERPETRÓ EL SANGRIENTO ATAQUE

como pasajero bajó e ingresó al restaurante. Sacó un arma de fuego y ante varias personas acribilló a Víctor Vela Matos (37), Baby Flow o Neto, como también lo llamaban sus allegados. En el feroz ataque, María Victoria Cruz Zapata (70), suegra de la víctima, fue herida. Con cuatro impactos de bala en el cuerpo, Baby Flow fue llevado al hospital Daniel A. Carrión, pero no sobrevivió. La septuagenaria fue trasladada a una clínica del puerto chalaco. Por ahora se desconoce el móvil del homicidio.

APOLOGÍA AL DELITO

En el 2017, la Policía arrestó a Baby Flow debido a que sus canciones hacían apología al delito, pues promovía el uso de armas de fuego.

Los problemas con la justicia continuaron al año siguiente cuando detuvieron al cantante por tenencia ilegal de dos armas de fuego y posesión de 120 'ketes' de pasta básica de cocaína.

Baby Flow es el tercer cantante chalaco de música urbana asesinado a balazos. En noviembre de 2024, desconocidos acribillaron a balazos a Roberto Farge Isuiza (30), 'Yerzi', en el asentamiento humano José Boterín, en el Callao.

En abril último, el intérprete José Israel Oria Infante, '26is', fue asesinado al salir de la discoteca Dembow después de una presentación, en Villa María del Triunfo. (E. Cirilo)

INVIerno calientito

con MIRAY

Controla la humedad, cuida tu hogar con nuestros deshumecedores

DM-750
Cód. 126051
- Para closet
- Área de cobertura 5 a 8 m²
S/ 199
Precio normal: S/ 249

DM-125
Cód. 134682
- Área de cobertura 15 a 20 m²
Cap. 10 L / día (HR)
S/ 599
Precio normal: S/ 799

DM-325
Cód. 134684
- Área de cobertura 45 a 50 m²
Cap. 30 L / día (HR)
S/ 999
Precio normal: S/ 1.299

Pregunta por tu Crédito OKA

INGENIERA ELECTRÓNICA LIDERÓ MISIÓN AURORA EN POLONIA QUE SIMULÓ CONDICIONES DE VIDA EN MARTE

SEPA QUE...

• Con beca, a los 19 años llegó a Turquía; después a Japón.
• Tiene proyecto de innovación y startup Food Flow premiado. Utiliza la IA para crear productos saludables.
• Está certificada como Piloto RPAS por la Dirección General de Aeronáutica Civil (DGAC) del MTC.



* NATALY ROJAS

POR: ISABEL MEDINA

SAN MARQUINA ES PRIMERA COMANDANTE ASTRONAUTA

• Tiene 23 años y participará en programas científicos de Estados Unidos y China

“Desde niña me fascinaba mirar el cielo y preguntarme qué había más allá de las estrellas”, dice Nataly Rojas Barnett, quien con solo 23 años se convirtió en la primera comandante astronauta análoga peruana.

Estuvo, incluso, en una misión que lideró condiciones de vida en Marte y representará al Perú en congresos mundiales de científicos y principales agencias espaciales del planeta. Nataly es ingeniera electrónica egresada de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. El año pasado lideró la misión Aurora en Polonia, que simuló condiciones de vida en Marte, y trabajó en la Agencia Japonesa de Exploración Aeroespacial (JAXA).

“Sigo aprendiendo, pero la mirada en el espacio. Cada avance, por pequeño que parezca, nos acerca a descubrir más del universo”, dice a conocerla Trome.

Desde niña supo que quería ‘entender qué ocurre más allá de la atmósfera’. “Ahora, como ingeniera, canalizo esa vocación a través de las ciencias aeroespaciales. Exige disciplina, curiosidad y compromiso constante con la innovación”.

FUERZAS G

Nataly contó que tuvo entrenamiento para soportar fuerzas G. “Es parte fundamental de la preparación de astronautas para sus misiones, por las fuerzas gravitacionales muy elevadas”, indicó. Con ella, Perú estará por primera vez en programa School of Leadership and Education Science (Universidad de San Diego, Estados Unidos). “Solo selecciona a 21 líderes en el mundo”, comentó. Y tendrá jornadas científicas en China (presentará cuatro artículos de su autoría) y Australia.



* VILLA EL SALVADOR

Peatones sufren por calles inundadas



La persistente llovizna en Lima causa charcos y hasta inundaciones de varios días en algunas zonas de Villa El Salvador, donde se han identificado hasta quince puntos críticos. “Es una emergencia

que ha rebasado la logística y capacidad operativa del distrito”, dijo Romel Rosario, subgerente de Riesgos y Desastres de esa comuna. Según refirió, con motobombas y cisternas han evacuado 207 mil galones de agua al día, y no se termina. Entre las zonas más afectadas: el baipás de la avenida El Sol, las avenidas Pastor Sevilla, Juan Velasco. Hay padres que colocan botas a los niños para que puedan ir al colegio; y en la avenida 200 Millas reclaman que por lo menos cinco cuadras están afectadas. Se forma laguna frente al Hospital de Emergencias de Villa El Salvador, afectando a pacientes, personal de salud y ambulancias. Senamhi pronosticó que entre mañana y el sábado habrá brillo solar. (I.M.)

* ASEGURA MUNICIPALIDAD DE LIMA

Trenes donados tienen altura adecuada

La Municipalidad de Lima, que lidera el alcalde Rafael López Aliaga, aseguró que los trenes que la empresa estadounidense Caltrain donó a la capital, y que cubrirán la ruta Lima-Chosica, tienen una altura menor a la de los 17 puentes que cruzan sobre sus vías. “El gálibo [alto] de los puentes que se encuentran en la ruta por la que circularán los



trenes donados a la municipalidad, han sido debidamente y previamente verificados y

todos cumplen con el alto necesario para que los trenes circulen sin problemas”, dice el comunicado. López Aliaga ha insistido en que se realice la marcha blanca del servicio el presente mes de julio. “El tren va a ir de todas maneras. Esa marcha blanca la hacemos en julio”, dijo.

* AVENIDA AREQUIPA

Bus del Corredor Azul en violento choque

Un aparatoso accidente ocurrió a la altura de la cuadra 4 de la avenida Arequipa, Cercado de Lima, entre un bus del Corredor Azul y un auto particular. Según la ATU, el vehículo menor, con conductor en presunto estado de ebriedad, se cruzó e impactó contra el bus, el cual terminó empotrado en un árbol. El bus llevaba a trabajadores de la ATU, que resultaron heridos y fueron trasladados a una clínica. El auto terminó dentro del parque Washington. Policías, serenos y personal del SAMU brindaron auxilio.



* TRAS 2 SEMANAS

Reabren Larcomar



Tras el cierre temporal de Larcomar, dispuesto por la comuna mirafloresina, y que duró dos semanas, ayer volvió a abrir sus puertas. La municipalidad notificó la reapertura. “Cumplió con subsanar observaciones”, dijo Eduardo Azabache, gerente de Desarrollo Económico y Fiscalización de la comuna; y añadió que “presenta condiciones mínimas de seguridad para recibir sin riesgo al público”. Se corrigieron más de cuarenta observaciones; pero el acceso a terrazas y mirador seguirá restringido (deberá presentar estudio geotécnico, de estabilidad de taludes).

GASTRONOMÍA NACIONAL SIGUE BRILLANDO TRAS ALCANZAR MAIDO EL TÍTULO DE MEJOR RESTAURANTE DEL MUNDO

SEPA QUE...

● Chiclayo se abre paso. Por primera vez fue sede de la feria Perú, Mucho Gusto, y Promperú informó que atrajo a 110 mil visitantes (casi triplicó expectativa).

La cocina peruana brilla a nivel mundial. Una actualización de TasteAtlas, el 'Google maps de la comida', consolida a Lima como la 'capital gastronómica de Sudamérica'. Esto se suma al reconocimiento de The 50 Best Restaurants, que ubicó a Maido (2025) y Central (2023) como los 'mejores restaurantes del

mundo'. TasteAtlas, que antes ya destacó a Lima como destino culinario, presentó ayer una actualización 2024/2025 que la distingue en su ranking '100 mejores ciudades gastronómicas'. Si bien la lista es liderada por ciudades de Europa y Asia, como las de Italia, seguido de India y Francia, y hay además una mención a Nueva York (América), ubica a Lima en el puesto 15, por delante de Nueva Orleans, San Francisco, Guadalajara, Chicago, Filadelfia, Ciudad de México, Buenos Aires, Sao Paulo y Los Ángeles. La base de datos incluye más de 17 mil ciudades. El ranking considera a las cien que destacan con las calificaciones prome-

dio más altas por sus platos regionales y nacionales más populares. De Lima, pide probar: cebiche, lomo saltado, pollo a la brasa, tiradito, ají de gallina, anticuchos, picarones, pisco, ajíes y cacao.

CIUDAD BLANCA

Arequipa marca tendencia en el mundo. La revista Food & Wine la colocó como una de las '10 ciudades emergentes con la mejor comida del mundo'. La autora del artículo, Laura Izkowicz, consideró que 'es la capital culinaria desconocida del Perú', y resalta sus picanterías.

SEGÚN TASTEATLAS

LIMA ES CAPITAL DE LA COMIDA EN SUDAMÉRICA

POR ISABEL MEDINA

TOYOTA GARANTIZA LA ATENCIÓN DE SUS CLIENTES A TRAVÉS DE SU RED DE CONCESIONARIOS AUTORIZADOS

En un proceso de reestructuración de nuestra red de concesionarios, anunciamos que Gaman Autos culminó sus actividades como concesionario autorizado el 30 de abril de 2025.

En Toyota del Perú nos preocupamos por garantizar la continuidad de nuestros servicios de venta y postventa, por eso ponemos a disposición nuestros concesionarios autorizados en Lima: Mitsui Automotriz, Grupo Pana y Autoespar.

Concesionario	Teléfono
Mitsui	(01) 625-3000 / 981396819 / 946225982
Grupo Pana	(01) 616-8600 / 905468250
Autoespar	(01) 708-0900

Para más información de nuestra amplia red de concesionarios, visite el siguiente enlace: www.toyotaperu.com.pe

Finalmente, en caso de cualquier pregunta o inquietud relacionada al proceso de atención, podrá contactarse directamente con Toyota del Perú a través de la línea gratuita al 0800-00669 o escribiarnos al correo electrónico cac@toyotaperu.com.pe

Reiteramos nuestro compromiso de seguir brindando una atención especializada, oportuna y de calidad a través de nuestra red de concesionarios a nivel nacional.

Agradecemos su confianza en nuestra marca.



**Confianza
que te mueve**

✗ Es por los delitos de resistencia o desobediencia a la autoridad



MIÉRCOLES 2 DE JULIO DEL 2025
✗ SUBCOMISIÓN DE ACUSACIONES CONSTITUCIONALES DEL CONGRESO DIO VISTO BUENO A DOCUMENTO PARA INICIAR PROCESO A FISCAL DE LA NACIÓN Y LOS DEMÁS FISCALES

• SIGUE LA CRISIS

APRUEBAN DENUNCIA CONTRA DELIA ESPINOZA

Empezó el operativo para tumbarse a la fiscal de la Nación, Delia Espinoza. Ayer, la Subcomisión de Acusaciones Constitucionales aprobó el informe que recomienda admitir a trámite la denuncia contra la Junta de Fiscales Supremos por no acatar la restitución de Patricia Benavides en el Ministerio

Público. Ese grupo de trabajo señala que Espinoza y los fiscales supremos Pablo Sánchez, Juan Carlos Villena y Zoraida Avalos habrían cometido los presuntos delitos de resistencia o desobediencia a la



PATRICIA BENAVIDES



JUNTA DE FISCALES SUPREMOS

pación de función pública. La congressista María Acuña indicó que "la denuncia contra la fiscal de la Nación se admitió a trámite y a todos los fiscales supremos que han desacatado la orden de la JNF".

SEPA QUE...

• La Junta Nacional de Justicia admitió a trámite la denuncia presentada por el ex consejero regional de Moquegua Luis Miguel Caya contra Delia Espinoza por no reponer en el cargo a Patricia Benavides.

autoridad en agravio del Estado. El informe recomendó también declarar improcedente la denuncia en el extremo del delito de usur-

'NO HAY USURPACIÓN'

"Ellos no están acatando la resolución de la Junta y los artículos de la Constitución. No hay usurpación porque luego ya el Poder Judicial absolvió el problema de Benavides", sostuvo.

Negó estar adelantando opinión con sus declaraciones. La misma subcomisión rechazó admitir la denuncia constitucional contra los miembros de la JNF por anular la destitución de Benavides e imponerla como fiscal de la Nación.



MARÍA ACUÑA

• AFIRMA PENALISTA

Villarán es la más beneficiada por muerte de 'Budián'

• José Miguel Castro, 'Budián', no estaba solo cuando murió. Su padre, el excongresista de izquierda Julio Castro, vivía con él en el dúplex de Miraflores. Fue el también médico quien halló a su hijo al día siguiente de haberse dado las buenas noches, tendido en el baño,

vestido con un polo rojo, pantalón plomo y los dos cuchillos ensangrentados al lado. El galeno afirma no haber escuchado ruidos. De otro lado, el abogado penalista Carlos Caro señala



JOSÉ MIGUEL CASTRO

lo que la exalcaldesa de Lima Susana Villarán es la 'principal beneficiada' con la muerte de su ex gerente general de la Municipalidad Metropolitana. Por ello, cree que Villarán culpará a Castro en el juicio que inicia en setiembre, en donde se le imputa haber recibido once millones de dólares ilícitos de las constructoras Odebrecht y OAS.

• PARA PODER POSTULAR

Vizcarra acude a la Corte

• El expresidente Martín Vizcarra interpuso un recurso ante la Corte Interamericana de Derechos Humanos (Corte IDH) para suspender las inhabilitaciones en su contra y así pueda postular a las elec-



ciones generales de 2026. Según el exmandatario, la instancia internacional no anulará las inhabilitaciones, pero las podrá suspender mediante una medida cautelar.

• POR GOLPE DE ESTADO DEL 2022

Aprueban informe para inhabilitar a Betssy Chávez

• Por participar en el fallido golpe de Estado del expresidente Pedro Castillo el 7 de diciembre de 2022, la Subcomisión de Acusaciones Constitucionales del Congreso aprobó por mayoría el informe que inhabilita por diez años para el ejercicio de la función pública a la ex primera

ministra Betssy Chávez. Según el Ministerio Público, Chávez habría coordinado con Castillo y otros funcionarios el intento de quebrar el orden democrático, incurriendo en infracciones previstas en los artículos 38, 39, 45 y 46 de la Constitución. La acusación fue impulsada



por la congressista Patricia Chirinos (Renovación Popular) y sustentada por Jorge Montoya (Honor y Democracia).

• APEDREAN COMITIVA

Pobladores botan a Dina de ceremonia

• Enardecidos vecinos del asentamiento humano Las Lomas, en el distrito de Cerro Colorado, Arequipa, evitaron que la presidenta Dina Boluarte encabezara la ceremonia de entrega de títulos de propiedad, y la obligaron a irse. Incluso, lanzaron



piedras y huevos a su comitiva, entre ellos al carro del ministro de Vivienda, Durich

Francisco Whitembury. Entre los exaltados estaban familiares de las víctimas de la represión en el 2022. Como la viuda de Eberth Mamani, quien expresó su indignación por la presencia de Boluarte en el lugar donde vive. Los vecinos estaban preparados pues lucían carteles donde decían: 'Fuera Dina'. El gobernador regional, Rohel Sánchez, rechazó la violencia.

*EE. UU.

Hijo saca pecho por la reina Amidala



NATALIE PORTMAN
Y SU HIJO ALEPH

Natalie Portman (44) dejó sin palabras a una estrella de YouTube gracias a su hijo mayor, Aleph (13). Este hablaba con el youtuber Marlon LuGu (23) y mencionó a su madre.

“¿Conoces ‘Star Wars’?”

“¿Padmé Amidala?”, preguntó al sueco. “Bueno, es mi mamá”, reveló y dijo: “¿Puedes saludar a mi mamá?”.

*EE. UU.

Novia de Superman ahora es su mamá

La actriz de Hollywood Annette O'Toole tiene una carrera de seis décadas.

En 1983 fue Lana Lang en ‘Superman III’, protagonizada por Christopher Reeve.

Durante la década siguiente, regresó al universo de Superman en el exitoso programa de CW ‘Smallville’. Esta vez era Martha Kent, la madre adoptiva del alter ego del héroe, Clark Kent,

quien fue interpretado por el galán de Hollywood Tom Welling.

*EE. UU.

Anuncian regreso de Paul Walker a ‘Rápidos y furiosos’

Vin Diesel (57) hizo un anuncio impactante sobre la última película de ‘Rápidos y furiosos’. “El estudio me dijo: ‘Vin, ¿podemos tener el final de ‘Rápidos y furiosos’ en el 2027?’”. “Respondí: Con tres condiciones. Traer la franquicia a Los Ángeles, carreras callejeras y reunir a Dom y Brian O’Conner”, el personaje del fallecido Paul Walker.

TRAS UN FALLO DE LA CORTE SUPREMA, AHORA PODRÁ DETENER Y EXPULSAR DEL PAÍS A MÁS EXTRANJEROS



‘ALLIGATOR ALCATRAZ’

→ Trump visitó ayer el denominado ‘Alligator Alcatraz’ (Alcatraz de caimanes), un nuevo centro de detención para migrantes, en Florida, construido en solo una semana en un vasto humedal subtropical repleto de caimanes, cocodrilos y serpientes pitones. Está en una zona remota del Parque Nacional de los Everglades, a unos 60 km de Miami.

→ “Solo hay un camino para entrar y la única salida es un vuelo de ida. Es un lugar aislado y rodeado de fauna peligrosa. Esta es una forma eficiente y económica de realizar la mayor campaña de deportaciones masivas en la historia de Estados Unidos”, declaró la portavoz de la Casa Blanca, Karoline Leavitt.

*MIEDO EN ESTADOS UNIDOS

TRUMP INICIA MAYOR REDADA DE MIGRANTES ILEGALES

✗ Visitó nueva cárcel para indocumentados rodeada de caimanes, cocodrilos y serpientes

El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, endureció más su política contra los inmigrantes ilegales, luego que la Corte Suprema de ese país le diera la razón.

Tras unos días de respiro, el Servicio de Control de Inmigración y Aduanas (ICE) iniciará una serie de redadas en busca de ilegales en las principales ciudades.

Por el fallo de la suprema corte, Trump tendrá la potestad de deportar a inmigrantes a terceros países que no necesariamente son de los cuales provienen y sin notificación previa.

Uno de ellos podría ser el Perú, si prospera la presión que hace a la Cancillería. Otros destinos podrían ser El Salvador de Bukele o Sudán, en África.

Según los jueces, tras la detención de un inmigrante ilegal, se deberían otorgar al menos diez días para demostrar si su caso requiere la deportación o una de las megacárceles de Estados Unidos.

*PIDE 300 MIL SOLES A ALEXANDRA GRANDE

‘Monstruo’ amenaza a campeona de karate



ALEXANDRA
GRANDE

La medalla de oro en los Juegos Panamericanos Lima 2019, la karateca Alexandra Grande Risco, es extorsionada por ‘Los Injertos del Cono Norte’, liderados por Erick Moreno Hernández, ‘Monstruo’, y le han pedido 300 mil soles.

En la Dirinci dijo que el sábado desde una línea telefónica de Colombia le

enviaron un mensaje por WhatsApp a su celular amenazando con atacarla a ella o su familia si no paga el dinero. También le enviaron un video donde muestran armas de fuego, balas y la

amenazan de muerte. Por medida de seguridad, Alexandra Grande va a cambiar de domicilio y tendrá custodia de guardaespaldas. [E. Cirilo]



‘MONSTRUO’

*INFANTIL

Detienen a ingeniero por pornografía



Se incautó dos celulares, una laptop, tres discos duros y una Macbook. [E. Cirilo]

Un ingeniero fue detenido, en Villa El Salvador, y las autoridades lo acusan por el delito de pornografía infantil agravada. Detectives de la Dirección de Ciberdelincuencia arrestaron a José Luis Altamirano Mejía (38), ‘Ingeniero’, en su vivienda, en el sector 7, grupo 4, Mz. F, lote 20.

*NO IDENTIFICADO

Hallan otro cadáver en planta La Atarjea



El cadáver de una persona fue hallado en la Bocatoma de La Atarjea, en la planta de tratamiento de agua potable, y no está identificada. Habría sido arrojada al río Rímac y la corriente la arrastró a La Atarjea. El 9 de junio último, también se halló en la planta el cuerpo descuartizado de la venezolana Fabiola Alejandra Caicedo Piña (19), ‘China Baby’. [E. Cirilo]

La diseñadora Meche Correa es fiel amante de la cultura peruana, y siempre plasma coloridos diseños en sus

accesorios y prendas, que se lucen en elegantes pasarelas del país y del extranjero. Hace poco, las redes sociales explotaron con el lanzamiento de las carteras Mercado, que las hizo junto a su hija Ali Rapp, y ahora las venden a Dubái y toda Europa.

A estas alturas de tu vida, ¿qué le dirías a la joven Meche, que tenía 20 años y muchos sueños?

Le diría que tomó una buena decisión porque, en el transcurso de los años y con el amor que siempre puso a su trabajo, era indudable que este era el camino que ella tenía que tomar.

Saliste de abajo y pasaste por miles de cosas, ¿dirías que la pasión es lo que te mueve?

La pasión es lo que me mueve. Soy apasionada en todo lo que hago, lo de crear vino conmigo desde que tengo uso de razón. Y una cosa particular: yo me agenciaba para resolver lo que yo quería, en caso no me lo podían dar, no veía imposibles.

Las puertas se te cerraron muchas veces y no te diste por vencida, ¿qué haces cuando algo no funciona?

Voy a ser sincera, se sufre y duele, pero me sobrepongo, porque estoy convencida de lo que hago y eso me empuja a seguir. Me gusta lo que hago y eso me hace feliz.

Tus propuestas son muy valoradas en el extranjero por el tema de la identidad peruana, ¿qué le aconsejarías al emprendedor que empieza en la moda?

Los chicos tienen un mundo por delante, viajarán a Nueva York, París, Londres, a donde quieran, pero los peruanos somos muy afortunados de haber nacido en un país tan rico, con una historia milenaria, y deben caminarlo para que les nazca la inspiración.

Cuando lanzaste las carteras Mercado recibiste



• **MECHE CORREA**

'NUESTRAS CARTERAS MERCADO SON PEDIDAS EN VARIOS PAÍSES'



EMPRENDE
trome

IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines

FOTOS: JESÚS SALCEDO

✖ **Diseñadora es amante de nuestra cultura y cuenta que con su hija Ali creó el bolso que tiene éxito en gran parte del mundo**
✖ **Recomienda a los emprendedores que recién comienzan que recorran el Perú para inspirarse en nuestra historia milenaria**

RAPIDITA

Los emprendedores que quieren abrir un negocio de moda, ¿por dónde deben empezar? No deben endeudarse, empezar con pocas colecciones de tres a cinco piezas, que estén bien hechas y con mucho esmero. No corran y suban escalones muy altos porque la caída es dura.



muchas críticas, ¿te afectó?

Soy un ser humano y me choca. Sentía una pena grande de escuchar las expresiones que tenían y eran injustas porque detrás de todo hay un equipo, esfuerzo, mucho trabajo, horas de creación. Creo que los peruanos deben tratar de mirar lo bueno para construir, ser más generosos y dejar lo negativo de lado. Y a pesar de todo, Ali y yo nos hemos fortalecido y dejamos lo malo de lado.

¿Cómo nació la idea de crear estos bolsos tan virales?

Fue muy orgánico, estábamos trabajando la colección para Alpaca Fiesta y mi hija Ali me dijo que necesitaba un accesorio que acompañe su colección, cogió estas bolsas y con mis consejos creó estas carteras que les encantaron a todos.

Me dicen que vuelan, ¿es verdad?

Sí, todos los días se hacen envíos a Australia, Dubái, Francia, España, van a varios países donde las piden. También en Perú.

Si un retail les pide que hagan una versión un poco más accesible en cuanto al precio, ¿lo harían?

Este es un trabajo a mano, son exclusivos, pero no se dice no cuando hay posibilidad de dar trabajo a más personas y sería lindo.

¿Qué legado quiere dejar Meche Correa?

He dado más de 35 años de vida para demostrar a los peruanos y al mundo entero que nuestro país es increíble. Miro cada cosa que hice y me gusta, porque es nuestro arte hecho por nuestros héroes artesanos y les agradezco porque por ellos existo, sin ellos no sería nada. ¿Cómo resumes esa conexión del mundo y el color? Vida, satisfacción, alegría, felicidad.



POR: KATTY GINES



★ **ÁLVARO BARCO ASUMIÓ COMO DIRECTOR DEPORTIVO Y SE REFIRIÓ A RUIDÍAZ**

'NUNCA SE CIERRA PUERTAS A UN JUGADOR DIFERENTE'

El rumor se hizo oficial. Álvaro Barco, excentral de Universitario, fue oficializado como nuevo director deportivo del club. "Vengo a reforzar el primer equipo y potenciar menores. Mi casa es la 'U' y vengo a ganar. Mi sueño es vender un jugador al extranjero al año", aseguró el flamante directivo. El exgerente de la Universidad San Martín recorrió ayer las instalaciones del Centro de Alto Rendimiento en VIDU y dejó abierta la posibilidad a un regreso de Raúl Ruidíaz. "Nunca se cierra puertas cuando se trata de un jugador diferente, es un tema que lo voy a conversar con Jorge Fossati en estos días. Él ha sido una figura acá en su momento, pero tengo entendido que tiene contrato con Grau. Aún no he profundizado en ese tema", señaló.

trame **DEPORTES**



EL PREMIO MAYOR

✗ **PLANTEL CREMA SE LLEVARÍA UN MILLÓN DE SOLES SI GANA APERTURA, PERO ANTES NO DEBERÁ PERDER EN CUSCO**

La mejor charla técnica. Esta vez las palabras fueron dirigidas al corazón con rebote hacia el bolsillo. Universitario sigue armando el equipo que presentará ante Deportivo Garcilaso, los jugadores se esfuerzan al máximo para ser elegidos por el técnico Jorge Fossati y la dirigencia también juega su partido aparte. Trascendió que reunieron a los muchachos y les

hicieron llegar una propuesta que emocionó a todos: de ganar el Apertura se repartirán la mitad de la taquilla que se obtenga en la próxima y última fecha ante Los Chankas. Durante toda la temporada, la 'U' puso las entradas populares a un promedio de 20 soles, pero ante los de Andahuaylas el boleto más cómodo costaría 50 soles y los ingresos bordearían los dos

millones de soles. Así el premio sería mayor. Pero esta gran motivación trae indirectamente una condición: no perder en Cusco. De esta forma, el equipo dependería de sí mismo en la jornada final y asegurarían un Monumental totalmente lleno. O sea, una cosava con la otra. Por eso la alegría del grupo y las ganas de conseguir el objetivo.

DATAZOS

- ★ **EL PLANTEL COMPLETO** pidió viajar al Cusco para el duelo ante Deportivo Garcilaso.
- ★ **EL PROFESOR JORGE FOSSATI** mantiene la duda entre Martín Pérez Guedes o Jorge Murrugarra para el choque en la Ciudad Imperial.

PTSA

POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **HAY UN RUN RUN** que tres extranjeros que son paisanos se han hecho bien 'causas', no comparten el mismo vestuario pero sí otras cositas fuera de las canchas. Uno se comió un gol, otro ya no las mete como antes y el último ni siquiera es considerado en su equipo. Pasean tanto por las noches que se quedan sin 'llantas'. La firme que los que vienen de afuera debe ser para marcar diferencias y dejar escuela. Hay varios que vienen a hacer turismo y solo viven de un par de 'chispazos'. Ayayayyyyy... **YA ME CONTARON** que el zambito que le aplaude todo a su jefe no aprende la lección y ahora está tras los pasos de una 'colochita'. Dicen que cuando él le habla por 'wasap', ella se pone seria para que su 'filme' no se incomode, pero cuando el 'oficial' no está, le presta el 'fono' a su amiga y ahí sí es bien alegre y hablan con palabras subidas de tono. Huuuummm... **ME AVISAN** que un delantero de un club con camiseta entre el color blanco y amarillo anda paseando por Barranco, visitando a una muchacha por el pasaje Sáenz Peña. Dicen que él la ha retado a ir al mar por la noche y jugar fútbol playa, que es su especialidad. Curuju... **YA ME CONTARON** que un asistente de un técnico que dirigió una selección colera anda de paseo con su novia peruana. Ha dejado un par de empleados en sus tiendas de ropa y se llevó a la chica a dar unas vueltas por varios países del continente. Provecho... **YA ME ENTERÉ** de que 'Iván Cruz' ha retomado su amistad con una brasileña que tiene varios años en el país. En la primera llegada del parrillero se conocieron e hicieron clic. Después se fue y ella hizo su vida, luego él regresó y ya no quería nada. Pero ahora parece que han recordado los buenos momentos a solas y ella ya tiene fecha para visitarlo. Asuuuuuu... Me voy, soy fuga.

Guayaquil. - Se enamoró otra vez. Christian Cueva munta en un Emelec que anda por los últimos lugares de la Liga ecuatoriana y aprovechó para confesar un sentimiento que empieza a nacer. "Hay compañeros que aman al club y me estoy volviendo uno más. No vivía hace tiempo estar en una institución importante y con unos hinchas fieles", comentó el volante, que también mandó un mensaje especial a su pareja Pamela Franco por su cumpleaños. "Nunca olvides que te amo y te llevo siempre en mi corazón, y jamás te soltaré la mano", escribió.

• **DICE QUE SE ESTÁ ENAMORANDO DE EMELEC Y SUS HINCHAS**

EN LA **CUEVA** DEL AMOR

• **HOY PERÚ DEBUTA EN MUNDIAL SUB-19 Y COPA AMÉRICA**



ATRAPADOS EN LAS REDES

Vóley por partida doble. La selección femenina Sub-19 arranca hoy el sueño del Mundial de Serbia y Croacia ante Turquía (11:00 a.m./Latina /América TV). Las 'matadorcitas' comparten el grupo C con Estados Unidos, España, Polonia y Bulgaria. Mientras, la selección mayor participará en la I Copa América, que se jugará en Brasil. y hoy las 'matadoras' debutan ante Argentina (3:00 p.m./Latina). En el torneo también competirán el anfitrión, Chile y Venezuela.



• **SPORT BOYS TRAS VOLANTE DE ALIANZA UNIVERSIDAD**

CEBICHE CON **LLUJA**

Cambio de fichas en el Calao. Ante la posibilidad de que Alejandro Hohberg emigre al extranjero, en Sport Boys no descartan contratar un hombre que pueda ser generador de buen juego y el elegido sería Marcos Lluja, quien actualmente juega en Alianza Universidad. Su equipo pelea los últimos puestos y por tal razón busca salir a cumplir su sueño de jugar en la capital.



• **Carlos Zambrano tiene desgarrado el codo pero continúa en jugar la última fecha del Apertura**

FUERZA DE LEÓN

CONTINÚAN LOS

• **VÍCTOR GUZMÁN** viajaría el fin de semana a Portugal para unirse al Sporting Lisboa.

• **EL LATERAL** Nicolás Amasifuen concluyó su vínculo con Alianza Lima.

• **ALIANZA** no renovará el préstamo del volante Gonzalo Aguirre, quien ya no saldrá en lista.

Aunque el Apertura no te asegura el título (nacional), es un plus anímico bastante importante". **Carlos Zambrano**

A esta 'selva' blanquiazul le va a faltar en momentos claves. Cuando Carlos Zambrano abandonó la cancha de la Liga por los 54' ante Me gar, los hinchas de Lima temieron lo peor, ahora el mismo jugador encargó de confirmar su fuerte lesión. "Tengo un pequeño desgarrado. Necesito calmarme, pero conozco mi cuerpo y sé que estaré en Cajabamba", comentó el 'León'. El pensamiento del comando técnico es no descartarlo y tenerlo al cien por ciento para el crucial partido con el Deportivo Tarma. El presidente del club, Carlos Zambrano, en la ida de los playoffs de la Sudamericana, el 16 de julio en Matule. "Cada jugador se conoce, cuando sé que puedo arriesgar, a mi edad tampoco puedo jugar mucho", reflexionó el defensa, que está a punto de cumplir 36 años y analiza el tema de su futuro. "Con 'Pipo' Gorosito me he visto la vida entera, entendemos mucho, hablo mucho con él", dijo. ¿El futuro? No me veo como entrenador, prefiero ser jugador. De otro lado, Gaspar Gentile ha sorprendido a los entrenamientos y Gorosito planea utilizarlo como '9', sino también por uno de los otros jugadores, para darle competencia a Eryc Castillo Quevedo. Mientras, el club ya vendió 24 mil entradas para el partido contra Binacional.

Un 'salvavidas' llegaría al Rimac. En Sporting Cristal se frotan las manos por un dinero que ayudaría a calmar la crisis económica en el club. Todo se daría gracias a la venta del brasileño Ignacio Da Silva, que llegó a La Florida en 2023 y tras sus buenas actuaciones fue transferido a Fluminense. Los celestes vendieron el 80% del pase y ahora que el defensa destaca en el Mundial de Clubes con el 'Flu' le han llegado ofertas. Según el portal Transfermarkt, Ignacio está valorizado en más de 2.3 millones de dólares, pero ahora que el cuadro de Rio de Janeiro está en cuartos del Mundial su cotización podría aumentar y si es vendido, Cristal recibiría alrededor de 500 mil dólares. Con este panorama, el técnico Paulo Autuori exigía que ese dinero se invierta en refuerzos para el Clausura y los dirigentes habrían aceptado su pedido. Todo es cuestión de esperar. ■



NACHO

**PONE
BILLETE
EN EL
RIMAC**

ENTREVISTA
★ **LUIS ADVÍNCULA** estudia ofertas de Brasil y de no llegar a un acuerdo conversará con los rimenses.

Debemos seguir ganando para que los hinchas vuelvan a confiar y regresen a acompañarnos".
Fernando Pacheco, extremo de Cristal

✕ Cristal podría recibir medio millón de dólares por venta de Ignacio en Fluminense



Hazla linda estas Fiestas Patrias con el

BINGO BICOLOP

trome

REGALAMOS MÁS DE
S/200MIL
EN PREMIOS

ESTE LUNES
DE JULIO

LA EDITORA EL COMERCIO

IGONZALO, MADRID!



ENTREVISTA

★ **EL DELANTERO VENEZOLANO** Salomón Rondón dejó Pachuca y jugará en Real Oviedo de la liga española.
★ **EL TENISTA ALEMÁN ALEXANDER ZVEREV** [3° ATP] dijo estar en depresión, tras ser eliminado en primera ronda de Wimbledon.

Nunca dudamos del nivel del Mundial de Clubes. Si le crees a cuatro tuiteros que piensan que el torneo es una mierda, te equivocas.

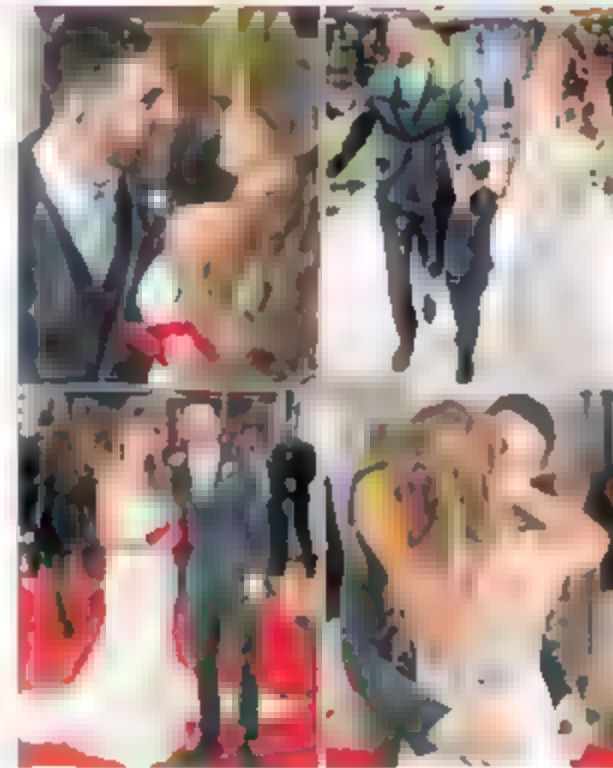
Thibaut Courtois, portero del Real Madrid

#4TOS DE FINAL
○ Palmeiras vs. Chelsea [4/7]
○ Fluminense vs. Al-Hilal [4/7]
○ PSG vs. Bayern [5/7]
○ Real Madrid vs. Dortmund [5/7]

★ **ANTONELA DEDICÓ POSTEO A MESSI POR SU OCTAVO ANIVERSARIO**

LA INCONDICIONAL

○ **Miami.** Amor bajo el sol. Esta semana Lionel Messi y Antonela Rocuzzo celebraron su octavo aniversario de casados y ella compartió la foto más tierna de su inolvidable celebración. Por primera vez, la rosarina mostró cómo fue el matrimonio privado por civil, que tuvieron en Rosario en 2017 y donde aparecen junto a sus padres, su hijo mayor Thiago y sus padres. De otro lado, Leo volviera a tener el look de sus años mozos en Barcelona. "Los nenes están pidiendo que vuelva a usar vincha", comentó



Miami.- Nuevas caras, mismo Real Madrid. Los 'merengues' dejaron claro que van por su sexto título del Mundial de Clubes y con ayuda de un recién llegado y un canterano vencieron 1-0 a la Juventus para clasificarse a cuartos de final. El partido trajo una alegría más: el debut oficial de Kylian Mbappé en el torneo, tras superar una gastroenteritis que lo sacó de los encuentros de la fase de grupos. Tras un primer tiempo donde la vieja señora asustó con Kolo Muani, el Madrid respondió con remate de Jude Bellingham; después el complemento se pintó todo de blanco. El atacante Gonzalo García [21] marcó de cabeza [54] gracias a un centro del flamante fichaje, el lateral Trent Alexander-Arnold. Tras ello, el portero de la Juventus, Michele Di Gregorio terminó con diez atajadas espectaculares ante intentos de Valverde, Huisen Guery Tchouameni. Real Madrid cortó una racha de siete años sin ganarles de manera oficial a los italianos. Mientras, Borussia Dortmund sufrió para vencer 2-1 a Monterrey, de Sergio Ramos, y ser el último clasificado.

✗ **Con gol de canterano de 21 años, Real eliminó a Juventus y chocará con Dortmund en cuartos del Mundial**

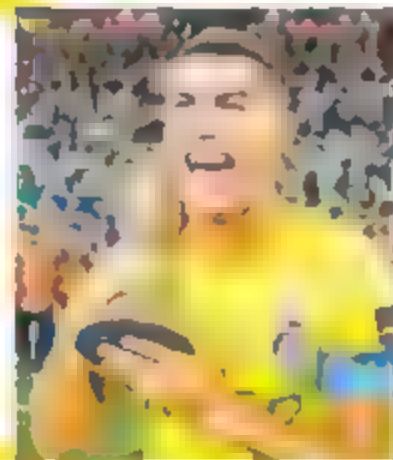
DIRECTO A LOS CUARTOS

○ **Chelsea** se convirtió en el primer equipo del Mundial de Clubes que se refuerza en el camino y pagó 70 millones de euros, entre montos fijos y variables, por el delantero Joao Pedro, que puede jugar los cuartos de final contra Palmeiras. El brasileño, de 23 años, anotó 24 goles en las últimas dos temporadas con el Brighton inglés.



SUEÑA CON MUNDIAL

○ **Cristiano Ronaldo** confirmó que jugará el Mundial 2026, al que llegará con 41 años y jugando en Al-Nassr, con el que renovó por dos temporadas. "Tuve ofertas, pero me quedo para prepararme bien de cara al Mundial, que será el objetivo final de la campaña que viene", señaló.



★ **VOLANTE RESPONDIÓ ACUSACIONES DE LAUTARO EN INTER**

TORO SE DERRUMBÓ

○ **Milán.** Se prendió la chispa. Luego que el delantero y capitán del Inter de Milán, Lautaro Martínez, explotó por el mal juego y eliminación ante Fluminense en el Mundial de Clubes diciendo "si alguien no quiere estar en el equipo, que se vaya", le llegaron respuestas. El presidente Giuseppe Marotta respaldó a Martínez y vinculó el mensaje a Hakan Calhanoglu, quien no renovara, pero el turco le apuntó al 'Toro'. "El verdadero líder es el que está al lado de sus compañeros, no el que busca un culpable cuando es más fácil", postuló el volante

SERVICIOS PERSONALES
FONOAVISOS (01) 708-8999

COMAS
M. SANTA JUZVILA
969463201
PTE. NUEVO
916182460

TUPAC Km.17
POERC CASA BLANCA
987007550
PTE. PIEDRA
943225574
926152911

PUENTE PIEDRA
Paradero NORTEÑO
910810371
TUPAC
CHIMPU OCULO
939555102

LOS OLIVOS
NARANJAL
AV. GERARDO
UNGER CARR. 50
927335391
SJM
Prolongación
P. Miota cdra. 7
964178966

VES
924506853
Dominicos
928081238
14 RIVAGUERO
900191906

12. PROCERES-SJL
981621821
ER. CAL. DUTRI-SJL
989397897
OV. HUANDÓY
991061883

OV. HUANDÓY-SJL
910394543
CANADA
990019106
LINCE
998196744

14. RIVAGUERO
917501407
RETABLO
970815514
VENTANILLA
FIORELA
907257892

SJM
ALTO 3
904708598
Ov. Pte. PIEDRA
925336640
Pte. PIEDRA-Tolivar
930066850
Villasol-Unionvicio
976115287

PRO
918642913
AV. PERU
944104862
AV. CANADA
c/ SAN LUIS
979261437

TUPAC Km.17
Petro-San Escalero de la Pira
957407371
HUAYCAN
L. de la Pira
918777796
924367515

UNIVERSITARIA
c/ NARANJAL
943723458
CARABAYLLO
948895278
Av. METROPOLITANA
940888629

PTE. PIEDRA
Copacabana Pta. 7
919449205
CARABAYLLO
TUPAC Km.17
998222026

CARABAYLLO
TUPAC-MARIPITO
903338464
PIEDRA
Paradero NORTEÑO
902188068
SJL
Primer del Sol
973003502

PTE. PIEDRA
Paradero NORTEÑO
934766876
LOS INCAS
UNGER
926761610
SJL
901825340

SJL
Av. Santa Rosa-Morán
939022764
VENTANILLA
Petro CENTRO
993422242

SAN LUIS
Kiara
924614166
CHORRILLOS
984358245
BELAUNDE
961065677

SJL SAN CARLOS
W. 3000
982177984
JN. PERS. TAREA
SFA. 2000
900178630
VILLASOL
953118003

OV. Santa Catalina
910394543
VMT
915226351
BAYOVAR SJL
Parad. FARMACIA
932420250

PUENTE PIEDRA
M. ZAROS-COMUNICAM
982297580
AV. SANTA CATALINA
c/ Pte. SANTA ROSA
974359790

VALERIA
LINCE
973358373
PUENTE PIEDRA
Pte. Tolivar
995015430
7. CHIMU-SJL
951707596

VENTANILLA
977796303
ESAN CARLOS-SJL
903448436
19. FLUMINENSE-SJL
946720444

Av. UNIVERSITARIA
MARAHON
902400640
PRO
990913091
SAN LUIS
993921790

PAWELA-SAN LUIS
922418461
AV. PERU-KELI
987075468
EST. SANTA ROSA
956206818
Pte. NUEVO-RE
926254152

★ Cómico vuelve a 'Café con la Chévez'
y cuenta que su compañera se mostró
incómoda cuando se besó con la actriz

Alfredo:

Gaby se puso celosa por Roxana Molina



El actor cómico Alfredo Benavides vuelve al podcast 'Café con la Chévez', donde cuenta sobre su relación con Gabriela Serpa, quien se puso celosa cuando besó a Roxana Molina.

Es más, indica que Molina le hace recordar a Roxana Ávalos, la recordada 'Guardia Serafina', quien fue su primer gran amor. 'Café con la Chévez' se emite hoy a las 11 de la mañana por Facebook y a las 6 de la tarde por YouTube.

¿Cuánto tiempo llevas ya solo?

Más de ocho o nueve años.

¿Pero picas de vez en cuando?

Claro. O sea, soltero, pero no solo. De vez en cuando sí. Obviamente ya una mujer no se resiste a la belleza caribeña americana, ellas se me avientan.

Gordo, tú sueñas con una relación con Gabriela Serpa ¿Se dio o no se dio?

Como cualquier persona quiere estar con alguien. Con Gaby nunca he salido, mi relación era netamente laboral. Nunca la invité a comer, nunca la invité a salir y nunca Gaby tampoco ha reclamado eso, hasta hace poco tiempo que comenzó a decir que yo no le he dicho nada.

Y la vez que Roxana Molina te chapó, ¿Gaby se puso celosa?

Sí, claro, pero por que Porque si te das cuenta, cuando llegas a convivir con personas y a generar en tuchip que hay algo, comienzas a sentir celos.

Claro, aparte las mujeres somos muy territoriales...

Roxana Molina es una chica superlinda. Me gustan las personas que son tal cual son. Roxana es un piraña, es un pata. Yo veo ahí a Roxana Avalos. Ella era un hombre, me decían cómo vas a estar con esta, es un hombre, es un machito.

Tu primer amor...

Pero yo decía me muero por ella. Esa personalidad en Roxana Molina, yo vi eso, me impactó, me retrocedió y ella me besa, porque ella también es muy inteligente. Ahora he visto que ha besado a un montón, pero sabía que eso iba a generar en Gaby un problema, iba a generar que salga hasta en Magaly.

Milena vuela para ver a novio

Milena Zárate contó que dentro de pocos días viajará a Estados Unidos para reencontrarse con su novio Carlos Mendoza, con quien tiene una sólida relación de más de tres años.

"Las cosas están superbién con él, el 11 de julio viajamos para allá con mi hija. Aprovecharemos sus vacaciones de mi gorda y nos quedaremos hasta finales de mes. ¿Si la relación se ha enfriado a raíz que llevamos una relación a distancia? No. Siento que el hecho que estamos en una relación a distancia nos ha fortalecido mucho más", sostuvo Zárate.

¿Cuánto tiempo llevan?

Ya nos vamos por nuestro cuarto año, nuestro aniversario es en enero y me siento muy feliz con la persona que elegí. Existe mucha confianza y respeto entre nosotros (L.G.)

★ Se va a Estados Unidos junto a su hija

★ Además, señala que hace nueve años está soltero

★ En su cumpleaños le promete que estarán juntos hasta el fin del mundo

🎯 Pamela Franco cumplió ayer 37 años y Christian Cueva le profesó todo su amor en las redes sociales, afirmando que nunca le soltará la mano y que estarán juntos hasta el fin del mundo.

"Feliz cumpleaños, mi amor. Mi admiración y respeto para ti, mi amor, nunca olvides que te amo y te llevo siempre en mi corazón y jamás te soltaré la mano, porque tu nunca lo haces. Valoro cada cosa que haces por mí, te amo, mi amor. Hasta el fin del mundo", fue el mensaje que Cueva dedicó a Pamela Franco.

La cantante recibió su cumpleaños en una cena con amigos donde tuvo hasta mariachis y Cueva se conectó en una videollamada no solo para saludarla, sino para integrarse a la celebración.

Cueva

no suelta a Pamela

Paloma deja los realities

★ Afirma que doce años han sido suficientes

🎯 Paloma Fiuza aclaró que no planea regresar a 'Esto es guerra' porque está enfocada en otros proyectos y en disfrutar junto a su familia.

"Estoy embarcada en otros proyectos y siento que estoy en una etapa donde puedo priorizar más mi familia, cosa que no hacía hace muchos años porque siempre estaba en la televisión. ¿Si el reality ya es una etapa cerrada? Sí. Por ahora, no está en mis planes regresar, han sido doce años de mi vida por esos programas, ha sido toda una vida ahí", sostuvo Fiuza, quien anunció que el 27 de septiembre se realizará el Festival Internacional de la Primavera en la Explanada del estadio San Marcos con la participación de Joelma y Miguel Morales. (L.G.)



BINGO BICOLOR
trame

Busca tus cupones de lunes a domingo!

RECORTALOS Y PEGALOS en tu cartilla de bingo y ¡hazla linda estas fiestas patrias!

152
2683453

130
2683453

169
2683453

129
2683453

116
2683453

101
2683453

✖ Cuenta que sus canciones son de desamor y cortavenas porque mucha gente sufre por amor

Vernis:

Les canto a los tóxicos

Vernis Hernández señaló que por fin le llegó el amor, pero sigue cantando temas de desamor porque eso le pide la gente. Y agradece al público por el éxito de su tema 'Ya superame'. "Este tema lo escogí entre varias canciones, me hicieron esta propuesta, y es un tema de ahorita, de la mujer empoderada, y cayó

muy bien al público, principalmente en las mujeres porque está dedicada al tóxico, a ese hombre que una le dice 'ya pasó tu momento, eres historia, terminó, ya no me busques, ya pasó tu tiempo' y siguen insistiendo. **Todavía te siguen los tóxicos...** De que hay, hay, ja, ja, ja. Hay algunos que están ahí, que no quieren superarme y ahí están.

Pero tú ya los superaste...

Hice mucho tiempo. Yo superé esa etapa de mi vida, está recontracerrada. Mira, yo estoy en otra etapa, en realidad sigo cantando ese tipo de canciones porque funcionan, porque ya no forman parte de mi vida. Igual la gente como que está acostumbrada a escuchar las canciones antiguas mías, prácticamente cada una de esas canciones tiene algo de la historia de mi vida.

Las canciones de desamor, las cortavenas...

Yo interpretaba las canciones y tenían algo de lo que me estaba sucediendo en ese momento, pero ya hoy en día interpreto las canciones, las canto al público que me sigue, que necesita escuchar ese tipo de temas porque están pasando por esas historias, pero yo no. Si fuera por mí, vocantaría todo el tiempo canciones románticas, ja, ja, ja.

El amor te llega con fuerza.

Si es que va llegar el momento de vivir la vida, de ser feliz y de tener al lado a alguien que me sume y no reste en todos los sentidos. (M.C.)

✖ Señala que hoy en día está enamorada y que es feliz con alguien que le suma en su vida

Jim Maelo

Reteta a Jenko

Jim Maelo afirmó que le gustaría retar a una pelea de box a Jenko del Río.

"Yo practico boxeo, incluso he hecho peleas amateurs, me gusta, por eso me gustaría retar a Jenko. Sabes que soy el verdadero, el 'tumba la fiesta' y sería bacán una pelea con él", dijo el cantante.

Jenko se tumbó a Nikko Ponce...

Nikko es monse. Yo estoy entrenando, preparado para subir al ring. (M.C.)

✖ Para subir al ring y boxear

Choca

manda buena vibra a Michelle

✖ Tras debut en Latina

El conductor Jaime 'Choca' Mandros señaló que les desea lo mejor a Michelle Soifer y Ricardo Rondón con el debut de su programa 'Ponte en cola' en Latina. "No he visto el programa, pero les deseo la mejor de las suertes a ambos. Que les vaya bien, pero a nosotros mejor", indicó Choca, quien anunció que América Multimedia está lanzando su primera feria gastronómica Fusión, que se realizará del 25 al 28 de septiembre en el Arena 1. (L.G.)

Greissy

✖ En pocos días dará a luz

en los descuentos

Greissy Ortega se siente ansiosa y nerviosa porque dentro de pocos días dará a luz a su bebé, fruto de su relación con Rando Pastor. "Ya tengo 37 semanas de embarazo. Estoy a pocos días de que nazca mi bebé y será por parto natural. He entrado en estado de ansiedad, siento angustia y tengo un montón de sentimientos encontrados", precisó Ortega, quien acotó que su expareja Ítalo Villaseca sigue sin cumplir con la pensión de sus dos hijos mayores. (L.G.)

Familia bienestar

Enfócate

Come de forma consciente despacio y sin distracciones (como el celular). Presta atención a los sabores, las texturas y las señales de tu cuerpo. Esto mejorará tu digestión.



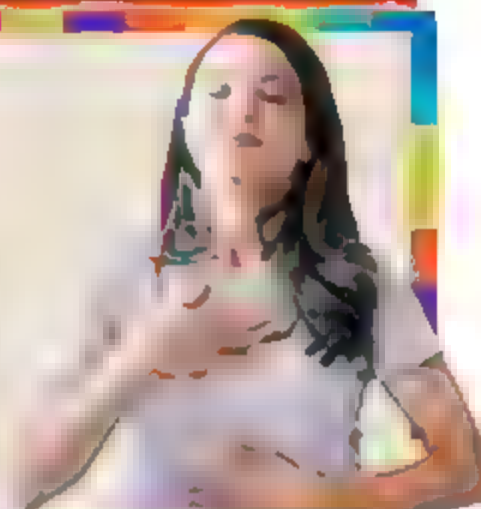
Postura

Cuida tu postura, ya que puede provocarte dolores de espalda, cuello y hombros. Haz ejercicios con frecuencia para mejorar tu flexibilidad y fortalecer tu estado corporal.



Respira profundo

Tómate un momento para respirar profundamente. Esta simple acción puede ayudarte a reducir la frecuencia cardíaca y la presión arterial. Además, envía señales de calma al cerebro.



POR:
YARITZA
DÍAZ

SE RECOMIENDA SU CONSUMO, SOBRETUDO EN NIÑOS Y ADULTOS MAYORES

EL PODER DE LA QUINUA



Con un alto valor nutricional, este grano andino destaca por su riqueza en fibra, vitaminas y minerales

La quinoa es considerada un 'superalimento' por su alto contenido de proteínas, fibra, vitaminas y minerales. La nutricionista Verónica Pocomo Olivera,

del hospital Guillermo Almenara de EsSalud, destaca que este grano nativo es de fácil digestión y que incluso ayuda a reducir el riesgo de enfermedades crónicas y car-

diovasculares. En cuanto a su consumo, recomienda hacerlo de una a dos veces por semana, con especial énfasis en niños, ancianos y gestantes. En el ca-

so de los adultos mayores, por ejemplo, es una buena fuente de energía y fibra, lo que contribuye a prevenir enfermedades degenerativas como afecciones cardiovasculares, diabetes o cáncer de colon. En adultos, ayuda a regular el peso, evita la obesidad y mejora los niveles de colesterol y triglicéridos. En los niños, es una excelente fuente de proteínas, fundamentales para su crecimiento. Asimismo, aporta vitaminas y minerales esenciales para el desarrollo cognitivo y el fortalecimiento de los huesos.

FUENTE DE PROTEÍNAS

La experta destaca que la quinoa contiene incluso el doble de proteínas que el arroz y el trigo. Además, puede prepararse en una gran variedad de platos, tanto en sopas como en segundos, aunque sugiere dar prioridad en platos de fondo, ya que ofrecen mayor densidad calórica y nutricional.

"Debe lavarse bien antes de consumirse. Una vez bien lavado, se da el primer hervor, luego se desecha esa agua e inmediatamente se añade agua hervida para que continúe la cocción", explica Pocomo Olivera.

PADRES E HIJOS

Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

PAZ EN MOMENTOS DIFÍCILES

En los momentos más retadores, la paz no es ausencia de conflicto, sino la capacidad de sostenemos por dentro, aun cuando afuera todo parezca desmoronarse. Es en la tormenta donde aprendemos a respirar hondo, a soltar el control de lo que no depende de nosotros y a confiar en nuestra fortaleza interna.

La paz se cultiva con silencio, con pausas, con límites que nos protegen. No siempre podemos elegir lo que ocurre, pero sí podemos elegir cómo responder. En tiempos difíciles, la paz se vuelve una práctica cotidiana: escuchar el cuerpo, calmar la mente, abrazar las emociones y recordar que esto también pasará. Mantener la calma no es negarlo todo, es honrarlo todo con presencia. Y en esa presencia, renacemos. La meditación y las técnicas de relajación muscular ayudan a mantener nuestra mente en calma cuando tenemos la sensación de que todo se revuelcra. Regulan nuestros neurotransmisores y nos permiten tomar distancia de aquello que nos preocupa.

@julianasequera en Instagram

QUE...

Existen diversas variedades de quinoa, siendo las más populares la blanca, la roja y la negra. Cada una tiene un perfil nutricional ligeramente distinto

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Tallarín saltado

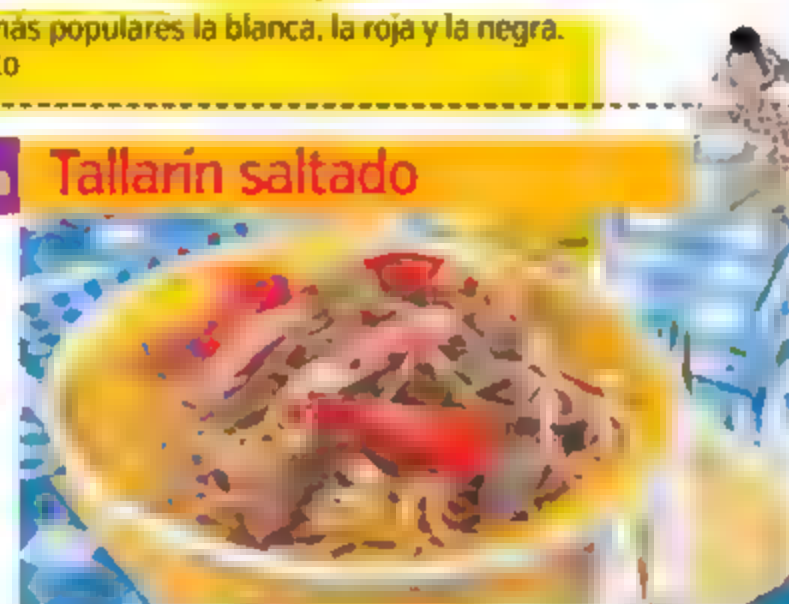
INGREDIENTES

- + 250 g de tallarines
- + 250 g de carne de res
- + 1 cebolla
- + 1/2 ají amarillo
- + 1/2 pimiento
- + Salsa de ostrón y sillao
- + 1 y 1/2 tomate
- + 1 cdta. de aceite de ajonjolí
- + Aceite, culantro y sal

PREPARACIÓN

+ Colocar agua con sal en una olla y dejar hervir. Agregar los fideos y, una vez que estén sancochados, colar y reservar. Luego, en una sartén, añadir aceite y sofreír la carne de res. Flamear y agregar la cebolla en juliana, junto con el ají amarillo y

el pimiento, ambos cortados en bras. Saltear por unos minutos, añadir la salsa de ostrón y el sillao. Después, incorporar los fideos sancochados junto con el tomate, la cebolla china y un chorrito de aceite de ajonjolí. Finalmente, espolvorear culantro picado y servir al gusto.



POR: YARITZA DÍAZ

La ingesta excesiva de alcohol puede provocar serios problemas de salud, entre ellos, anemia. Los síntomas pueden agravarse en poco tiempo y el paciente incluso podría presentar dificultades para caminar.

Karen Matos, médico especialista en hematología, brinda más detalles y despeja dudas sobre esta afección, diagnosticada mayormente en hombres.

¿El alcohol puede causar anemia?

La anemia es una patología que tiene múltiples causas. El alcohol también puede ser un factor.

¿Como actúa el alcohol?

Puede disminuir la absorción de los nutrientes esenciales para la formación de hemoglobina: el ácido fólico y la vitamina B12.

¿Qué pasa cuando hay carencia de estos elementos?

Se produce una anemia llamada megaloblástica, caracterizada por glóbulos rojos más grandes de lo normal, que afecta tanto a la producción de hemoglobina como al funcionamiento del sistema nervioso.

¿Cuales son las consecuencias?

Esta anemia suele ser más severa que aquella por deficiencia de hierro. Daña los nervios, generando calambres y dificultad para caminar. El alcohol también afecta a otros órganos, como el hígado o la médula ósea, por lo que puede derivar en fallas hepáticas o sangrados digestivos. En casos graves, puede provocar un paro cardíaco.

¿Qué casos tiene registrados?

He atendido pacientes que llegan con

panditopenia, una condición en la que se ven alteradas la hemoglobina, las plaquetas y las defensas en el hemograma. Esto podría confundirse con leucemia.

¿Que cantidad de alcohol representa un riesgo?

Este problema se presenta en personas con diagnóstico de alcoholismo, es decir, cuando el consumo ya no es social y empieza a afectar la vida laboral o personal. Por ejemplo, alguien que bebe más de tres veces por semana podría estar en riesgo.

SÍNTOMAS

¿Cuales son los síntomas de la anemia megaloblástica?

Los pacientes pueden presentar niveles muy bajos de plaquetas y defensas. También dificultad para caminar, alteraciones nerviosas, somnolencia, y lengua de papada [cuando se pierde el sentido del gusto]. En personas mayores, esta anemia puede incluso acelerar la aparición de demencia.

¿Es más común en hombres o en mujeres?

La mayoría de los casos se da en varones jóvenes, aunque también he atendido adultos mayores de 60 años. En esos casos, la anemia suele presentarse de forma más brusca, con pérdida de peso y síntomas intensos en el apso de un mes.

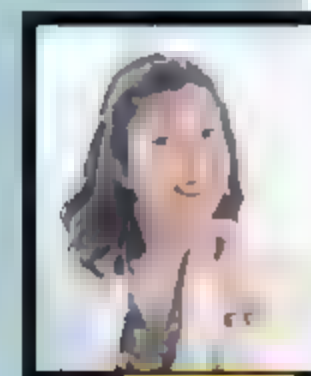
KAREN MATOS

'EXCESO DE ALCOHOL PUEDE AUMENTAR EL RIESGO DE ANEMIA'

× Se llama anemia megaloblástica y es mucho más grave que la que se produce por falta de hierro, pues además daña el sistema nervioso y otros órganos.

× En casos graves, puede provocar paro cardíaco.

En cuanto al tratamiento, Matos señala que se administra vitamina B12 inyectable y que a partir de las dos semanas ya se observa mejora. "Pero si no se elimina la causa, el paciente regresará con el mismo problema".



KAREN MATOS

LA ANEMIA
LE GANAMOS
TODOS!

trame



trome

ESCOLAR

PREMIO NOBEL
DE LA PAZ

ALFRED NOBEL

ALGUNOS CONTROVERTIDOS PERSONAJES
LO HAN OBTENIDO

EL POLÉMICO PREMIO NOBEL DE LA PAZ



YASSER ARAFAT, SHIMON PERES E YITZHAK RABIN

EN 1973, KISSINGER COMPARTIÓ EL GALARDÓN CON EL
DIPLOMÁTICO NORVIETNAMITA LE DUCTHO, PERO ESTE LO
RECHAZÓ

Desde que se comenzó a otorgar en 1901, el Premio Nobel de la Paz es polémico.

Este galardón, que hoy reclama para sí el presidente de Estados Unidos, Donald Trump, busca reconocer el trabajo en favor de la fraternización entre las naciones, la supresión o reducción de ejércitos existentes y la celebración y promoción de congresos de la paz.

Sin embargo, el Comité Nobel Noruego ha otorgado el galardón a vinculados a la violencia, incluso a crímenes, tales como **TEODORO ROOSEVELT (1906)**. Expresidente de Estados Unidos que fue teniente coronel en las guerras contra España y Filipinas, en que su país cometió crímenes de guerra, incluyendo asesinatos y torturas.

HENRY KISSINGER (1973). Ex-canciller de Estados Unidos

que participó en crímenes, incluyendo bombardeos en Camboya, el golpe de Estado de Augusto Pinochet en Chile y ejecuciones en varios países.

AUNG SAN SUU KYI (1991). Exgobernante en la sombra de Birmania (hoy Myanmar) que guardó silencio y no hizo nada ante las atrocidades (muertes y torturas) contra la minoría musulmana Rohingya en su país.

YASSER ARAFAT, SHIMON PERES E YITZHAK RABIN (1994). El palestino Arafat cometió atentados terroristas y los ex primeros ministros de Israel Shimon Peres e Yitzhak Rabin son vinculados a asesinatos de palestinos.

× TIENE LARGA HISTORIA Y DONALD TRUMP LO RECLAMA PARA SÍ

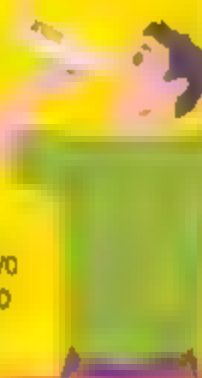


TEODORO ROOSEVELT

El millonario químico e inventor sueco Alfred Nobel (1833-1896) instituyó los premios que llevan su nombre con fondos dejados en su testamento. Con ese dinero, dispuso que a su muerte sean creados premios que reconozcan a quienes contribuyan al bienestar de la humanidad en cinco áreas: física, química, fisiología o medicina, literatura y paz, este último dicen para 'limpiar su nombre' porque lo llamaban 'mercader de la muerte' por inventar la dinamita y explosivos de uso militar.

¿POR QUÉ LA SAL QUE CONSUMIMOS NOS PRODUCE SED?

La sal, o cloruro de sodio, produce sed porque aumenta la concentración de sodio en la sangre. El cuerpo, al detectar este aumento, activa mecanismos para diluir esa alta concentración, lo que se traduce en la sensación de sed para beber más agua. El objetivo es mantener el equilibrio hídrico especialmente en los tejidos.



Fascinación

La fascinación puede ser descrita como aquella sensación o estado en el que una persona está completamente asombrada, admirada e interesada por un fenómeno, otra persona o un detalle. La fascinación puede muchas veces confundirse o convertirse en un acto de obsesión si aquella admiración y atracción que uno siente hacia otro o hacia una cosa se vuelve constante e irracional.

Se ubica en el departamento de Tumbes, en la provincia Contralmirante Villar, y en la provincia piurana de Sullana. Es el mejor ejemplo conservado de bosques secos ecuatoriales en toda la región del Pacífico. Está compuesto por 91,300 hectáreas de bosque seco ecuatorial y de bosque tropical del Pacífico. Muchas variedades de orquídeas, arbustos, espinos y animales se encuentran en estas regiones, como el oso de anteojos.



curiosidades

TORO SENTADO MÁXIMA ATRACCIÓN DE CIRCO



Toro Sentado, líder de los lakota sioux, aniquiló en batalla al 7.º Regimiento de Caballería de los Estados Unidos del general Custer, en 1876, pero terminó recluso en una reserva y como atracción en el circo del famoso Buffalo Bill. El último gran jefe sioux se unió al 'Wild West Show', principalmente por necesidad económica

y para mantener a su pueblo, los sioux. Su participación fue como figura de exhibición y en representaciones. Recibía una remuneración semanal de 50 dólares, además de lo que ganaba vendiendo autógrafos. Finalmente, Toro Sentado se retiró y regresó a la reserva de Standing Rock, donde fue asesinado a tiros, en 1890.

CLASIFICADOS

ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS

Inmuebles

Vehículos

Empleos

Educación

Oportunidades



inmuebles

Casas

104 Venta

✓ **COMPRO CASH**

ATE Bdom. DR. JAIME CISNEROS
ADONEROS COMPRO CASAS, TERRENOS!!!
ADELANTAMOS DINERO ALTOQUE
DOLARES!!! INCLUSIVE OCUPADOS C
/PROBLEMAS. "NOSOTROS SÍ COMPRAMOS."
NO ENGANAMOS. C. 942163938
C. 967918038

Departamentos

105 Alquiler Ofrecido

SANTIAGO DE BURO Alquiler departamento
ESTRENO. S.C. 2 dormitorios, baños completos.
Sagrario, esquinero. Gaviotas con Ariadna.
961786242 | 997552472

el talán

CLASIFICADOS



**PUBLICA TUS AVISOS EN
CLASIFICADOS
TROME**

Locales Industriales, Hoteles y Otros
1107 Alquiler

INMUEBLES Alquiler Depósitos 320-160-80m2
atunado, reflectores, trifásica, para furgones5t,
WhatsApp 926399548.

CLASIFICADOS



**¿AÚN NO VENDES
TU DEPA?**
PUBLICA EN TALÁN

PRÓSTATA

CIRUGÍA LAPAROSCÓPICA de:

SIN CORTE LASER

- IMPOTENCIA SEXUAL
- FALTA DE DESEO SEXUAL
- SEXUALIDAD DISMINUIDA
- INCONTINENCIA URINARIA
- EYACULACIÓN PRECOZ
- DISFUNCIÓN ERECTIL



EXPERIENCIA EN LA
20
AÑOS
ESPECIALIDAD

- TUMORES
- CÁLCULOS
- QUISTES EN RIÑÓN
- URÉTERES
- VEJIGA
- GENITALES

• PRÓTESIS PENEANA • CÁNCER DE PRÓSTATA Y
• VASECTOMÍA GENITALES PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

Dr. FUHAD HIRSH

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO
DE ENFERMEDADES CMP12339
UROLOGICAS RNE10151

CIRUJANO - UROLOGO - MAGISTER 00289 - DOCTORADO 00115

Clínica
San
Marcos



Huaráz 1425 - 3er. piso - Breña
Espalda Hospital del Niño - Lima

CITAS: 999 456 028
940 247 348

CONSULTA MÉDICA : LUNES A SÁBADO de 11am. a 5 pm.

Precisión y calidad al alcance de tus manos

Set de
**CUCHILLOS
ACERO INOX**

De **trome** y **Oster**

- Set x 4 unidades.
- Hojas de acero inoxidable de alto carbono, resistente a las manchas.
- Mango de metal, ergonómico y suave.



ADEMÁS

Por la compra de un set de cuchillos,
¡un recetario de regalo!

PRECIO

s/ 49.90

REGULAR s/119.00



¡ENCUÉNTRALOS EN QUIOSCOS O EN NUESTRA WEB!

Alcance de la promoción: A Nivel Nacional Vigencia de la promoción: Desde el lunes 30 de junio hasta el viernes 21 de julio de 2025 a todo agotarse stock. Modalidad: Para participar de la promoción "Set de Cuchillos Bisturín Oster", el cliente deberá: 1) presentarse a su quiosco más cercano a/o, 2) ingresar a la página web Colecciones al Comercio (http://coleccionalcomercio.pe/), 3) o a través de WhatsApp 988 070 096 / 822 557 886, 4) "Set de Cuchillos Bisturín Oster", tiene un precio de S/49.90 cada set. Stock disponible: 5,000 unidades. Restricciones: No podrá participar nadie menor de 18 años. Legales: Al participar de la promoción, manifiesta su conformidad con nuestros términos (http://trome.com/terminos-y-condiciones-y-politica-de-privacidad) (http://trome.com/politica-de-privacidad) y su voluntad al aceptar en cualquier momento, deberá enviar un mensaje de WhatsApp a la número 988070096 o 822557886.

Para mayor información,
escribe al: **988 070 096**

Válido a nivel nacional

trome

Trome oficial

@tromepe

14 Siguiendo

3.6 mill. Seguidores

157,6 mill. Me gusta

3.6

MILLONES

Y SEGUIMOS CRECIENDO...

TU HORÓSCOPO



21.3 | 19.4

ARIES. Muy pronto se presentará la oportunidad que estabas esperando. Hoy, miércoles, prepárate para demostrar toda tu capacidad.



20.4 | 20.5

TAURO. Surgen deseos de cambiar y hacer algo diferente, pero conversa con tu familia y llega a un consenso.



21.5 | 20.6

GÉMINIS. Tu cuerpo necesita movimiento, ejercítate de acuerdo a tus posibilidades. Mejora tu aspecto físico.



21.6 | 22.7

CÁNCER. Una persona especial te dará una grata sorpresa. Cuidado con ilusionarte tan rápido, piensa con calma.



23.7 | 22.8

LEO. Hay muchas cosas por hacer, proyectos y eventos especiales. Pon todo tu esfuerzo, saldrás exitoso.



23.8 | 22.9

VIRGO. No caigas en los errores del pasado, lo puedes lamentar. Un dinero extra llega a tus manos, dale buen uso.



23.9 | 22.10

LIBRA. Ten mentalidad ganadora para que puedas alcanzar lo que tanto deseas. Culminas una etapa de tu vida.



23.10 | 21.11

ESCORPIO. Podrían presentarse nuevas oportunidades laborales muy pronto. Piensa bien lo que vas a decir. Reflexiona.



22.11 | 21.12

SAGITARIO. Las cosas pasan por algo, no fuerces lo que no tiene futuro. Es importante que te renueves profesionalmente.



22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Tienes habilidad y buen criterio para saber lo que te conviene. Da los pasos correctos y te irá excelente.



20.1 | 18.2

ACUARIO. No permitas que el pesimismo se apodere de ti, tú puedes conquistar tus sueños. Es cuestión de perseverancia.



19.2 | 20.3

PISCIS. A veces te dejas llevar por los impulsos y hieres a la gente que está en tu entorno. Esa persona te extraña.

PURAS letras

INGREDIENTES PRINCIPALES PARA UN BUEN CEBICHE (3)

P	P	R	I	N	C	E	T	N	E	I	D	E	R	G	N	I	M	D	A	Z
D	E	B	E	S	E	R	F	R	E	S	C	A	M	D	Y	E	C	Z	A	U
V	L	Q	V	L	A	L	V	C	L	S	Y	L	C	E	D	M	D	A	N	L
E	P	Z	U	D	A	A	A	E	E	A	O	A	E	I	D	A	E	A	F	O
C	E	E	C	E	C	V	A	V	Q	N	U	L	A	N	D	I	V	R	Z	S
D	S	F	T	S	Ñ	R	A	U	A	G	T	C	O	D	G	E	C	C	O	P
A	C	D	E	N	A	A	E	F	A	R	E	I	A	U	Z	U	E	E	D	R
F	A	P	O	D	E	E	C	E	N	B	Y	R	M	L	N	B	A	C	V	I
N	D	S	E	S	S	I	T	A	O	N	A	C	I	E	O	A	D	D	T	N
E	O	L	E	T	P	N	J	L	N	P	O	M	O	L	T	C	Z	R	O	C
A	S	O	E	C	A	O	L	U	S	T	P	S	L	R	A	R	O	D	A	I
L	E	A	T	D	O	A	R	O	R	I	I	A	E	V	T	Z	O	N	A	P
R	D	D	N	A	D	R	D	D	A	C	R	D	U	H	O	A	I	S	Z	A
A	E	U	C	Z	L	A	T	U	O	O	O	E	A	S	C	V	R	F	A	L
V	B	D	A	Z	C	P	N	A	J	S	D	D	D	D	R	I	D	E	Z	E
A	E	V	Z	S	C	I	L	A	C	O	D	E	A	O	D	A	B	A	N	S
L	C	Z	E	A	R	D	A	A	J	C	E	B	C	L	C	Z	A	E	D	A
D	A	P	U	N	I	R	C	O	N	E	L	P	E	S	C	A	D	O	C	Z

● Cebolla roja:

● Debe ser fresca.

● Se corta

● media cebolla,

● solo una

● pequeña canti-

● dad,

● ya que este

● ingrediente

● le dará el

● lado crujiente

● al plato.

● Lavarla en

● abundante agua,

● una vez limpia

● unir con el pes-

● cado.

● El pescado: Se

● debe

● lavar y cortar en

● trozos de

● dos por dos

● centímetros,

● los principales

● pescados para

● cebiche son:

● lenguado,

● corvina,

● ojo de uva

● y mero.



NECESITO REHACER MI VIDA

Cartas: Editora El Comercio S.A.

Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.

Mail: doctoracarmen01@trome.com



ALEJANDRO.- Le escribo con mucha ilusión y esperanza de encontrar el amor a través de su columna. Tengo dos hijos y, desde hace varios años, soy viudo. La pérdida de mi esposa fue un dolor muy grande, pero hoy siento que he sanado y estoy listo para rehacer mi vida al lado de una buena mujer. Me gustaría conocer a una dama hogareña, sincera y con una gran belleza interior. Soy un hombre trabajador y romántico y con deseos sinceros de volver a amar. Las interesadas pueden escribirme al WhatsApp: **910-627-379**. Muchas gracias, doctora.

DOCTORA CARMEN Mira, hijito:

Me alegra saber que, después de atravesar un dolor tan grande, hoy estás listo para darle una nueva oportunidad al amor. Eso no solo habla de tu fortaleza, sino también de tus ganas de seguir construyendo tu vida. Volverás a enamorarte, te lo aseguro. **Suerte.**

TROME sudolai

441

			8			7	
	9	4		6	5		2
7							
1	4	3				8	5
	6	7	1		8		
9	7	1	4				6
		2		5	7	8	
8			2	1	9	7	3

TROME SERIES

PRIME VIDEO ÉRAMOS MENTIROsos







TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 8
Cadence Sinclair, junto con sus primos Johnny y Mirren, y su amigo Gat, se hacen llamar 'Los Mentirosos' y veranean en la isla privada de la familia Sinclair. En un misterioso accidente, Cadence pierde la memoria. En el esfuerzo por recuperarla, descubrirá secretos familiares que pondrán en jaque a todos.

SOLUCIÓN GRAMA



¡GRAN ESTRENO!

 /tromepe
 /tromepe
 /tromepe
 /tromeoficial

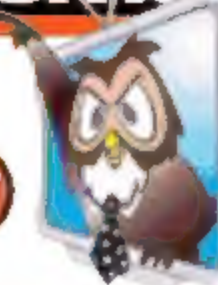


**ALFREDO:
GABY SE
PUSO
CELOSA
POR
ROXANA
MOLINA**

CONDUCE: CARLA CHEVÉZ

CÁRCELES DEL TERROR

EL BUHO



Este Búho lee con preocupación que **Donald Trump** está endureciendo su política migratoria contra los ilegales en **Estados Unidos**. Cientos de miles, especialmente latinoamericanos, viven cada día con miedo. El republicano no muestra compasión por las víctimas inocentes, entre ellas niños y ancianos. Ayer inspeccionó el nuevo centro de detención para inmigrantes en **Florida** llamado **Alligator Alcatraz**, pues está en medio de pantanos infestados de hambrientos caimanes. Se burló con frases crueles como: '**Les vamos a enseñar cómo huir de un calmán si se escapan**', '**No corran en línea recta. Corran así**', mientras movía la mano en forma de zigzag. '**¿Y saben qué? Sus probabilidades aumentan alrededor de un 1%**'. Esta prisión del terror me hizo recordar la novela '**Papillon**'. Descubrí el libro escrito por **Henri Charrière (Saint Étienne de Lugdun 1906-Madrid 1973)** en una librería caleta del centro de Lima que tenía de todo, libros clásicos y '**bestsellers**'. Algunos me marcarían, como '**El padrino**', '**El exorcista**' y '**Papillon**'. Leí esta obra del francés a los doce años, casi al mismo tiempo que el drama carcelario del gran **José María Arguedas**, '**El Sexto**'. Pero pese a que ambas tenían como tema principal la cárcel, en el caso del peruano era una historia presidiaria con alto contenido político. La novela del europeo era diferente. El protagonista de 25 años era un delincuente común, conocido en los bajos fondos como un **chulo**, guapo, avezado, con '**jale**' con las chicas, a las que mandaba a '**trabajar**', y fue acusado de asesinar a un proxeneta, crimen del que siempre se declaró inocente. En esos años, un asesinato de tal calibre significaba la guillotina o una cadena perpetua en las infamias cárceles de las colonias francesas en el **Caribe**, donde solo uno de cada mil regresaba a **Francia**. '**Papillon**', apodado así porque tenía tatuada una mariposa (papillon, en francés), desde el barco que lo llevaba a las islas tiene que defender literalmente su trasero, pues todos los presos llevaban '**estuches**' de dinero introducidos en ese lugar y en la semana que duraba el viaje muchos morían destripados a manos de despiadados asesinos que les robaban sus '**estuches**' de las tripas.

Louis Dega, reo acusado de un fraude multimillonario, viaja en el convoy de los presos y es la cereza de la torta de los asesinos que saben que su estómago alberga miles de francos. '**Papillon**' le salva la vida y se hace su amigo. Cuando llegan a la isla, Dega se niega a acompañarlo en su plan de fuga, pues creía que iba a salir rápido, pero cuando se entera de que su abogado y su bella esposa se han convertido en amantes y viven con su dinero, decide aunarse a la aventura del delincuente. Al final, Dega financia la fuga, pero es '**carne boba**' y se queda varado. A partir de ahí, '**Papillon**' recorrerá 2500 kilómetros de mar caliente y selvas vírgenes para llegar a **Trinidad**, vivir con unos ingleses bondadosos, terminar en una isla de leprosos asesinos y salir vivo por su increíble sentido de supervivencia. Hasta que recalca en la que debió ser su parada final. Llega a una isla de indios guajiros, donde dos jóvenes hermanas se hacen sus amantes y procrea hijos con ellas. Pero decide marcharse, a pesar de que vivía como rey. Nadie puede detenerlo en su afán de libertad. Todos los lectores nos colocamos en su piel, sufríamos con él tanta ignominia, como la que soportó en la **cárcel colombiana de Santa Marta**, donde en los calabozos de castigo, cuando subía la marea, las ratas y los bichos marinos se la pasaban mordisqueando a los desesperados presos encadenados, a los que el agua les llegaba hasta el cuello. Al final lo pescarán por soplos y regresará a '**La Isla del Diablo**', la peor cárcel francesa en ultramar. La novela es, para mi gusto, impresionante. Los que busquen tecnicismos literarios, favor de abstenerse. Hay ríos de sangre, traición, lealtad, ambición, abuso de poder, sexualidad. Y en 1973 la novela se convertiría en una exitosa película de **Hollywood**, protagonizada por la megaestrella **Steve McQueen** como '**Papillon**' y **Dustin Hoffman** en el papel de Dega. Lo cual se tradujo en más ventas millonarias del libro que catapultó al autor. Apago el televisor. *

